وەزارەتی تەندروستی
Ministry of Health
Kurdistan Regional Government - Iraq

ڕێکخراوی (سروشت)
S.O.S.H.A
بۆ هۆشیاری ژینگەیی و تەندروستی



پڕۆژەی هۆشیارکردنەوەی کارمەندانی تەندروستی لەسەر

مافەکانی نەخۆش و شێوازی هەڵسوکەوت کردن لەگەڵ نەخۆش و هاوەڵەکانی

لەلایەن

ڕێکخراوی سروشت بۆ هۆشیاری ژینگەیی و تەندروستی



ڕێکخراوی سروشت بۆ هۆشیاری ژینگەیی و تەندروستی بەهاوکاری (ڕێکخراوی هانا) و (فەرمانگەی تەندروستی هەولێر) ئەم پڕۆژەیە لەناو نەخۆشخانەکان ئەنجام دەدات







پڕۆژەی هۆشیارکردنەوەی کارمەندانی تەندروستی لەسەر

مافەکانی نەخۆش و شێوازی هەڵسوکەوت کردن لەگەڵ نەخۆش و هاوەڵەکانی

لەلایەن

رێکخراوی سروشت بۆ هۆشیاری ژینگەیی و تەندروستی

رێکخراوی سروشت بۆ هۆشیاری ژینگەیی و تەندروستی بەهاوکاری (رێکخراوی هانا) و (فەرمانگەی تەندروستی هەولێر) ئەم پڕۆژەیە لەناو نەخۆشخانەکان ئەنجام دەدات

ئەم بابەتە بۆچی؟

سەرچاوەی مرۆیی یەکێکە لە گرنگترین سەرچاوەکانی نێو هەموو دام و دەزگایەك. لەنێو دەزگاکانیشدا، دەزگا تەندروستیەکان بەیەکێك لە گرنگترین و هەستیارترین دەزگاکانی نێو هەموو کۆمەڵگەیەك ئەژمار دەکرێن لەبەرئەوەی راستەوخۆ ئەم دەزگایانە کاریان لەسەر تەندروستی و ژیانی مرۆڤە.

کارمەندانی تەندروستی (پەرستیار و پەرستیاری کارامە و یاریدەدری پزیشك....) بە یەکێك لەکۆڵەکە سەرەکی یەکانی نێو سیستەمی تەندروستی و دەزگا پەیوەندارەکانی ئەژماردەکرێن لەبەرئەوەی نزیکەی لە ٨٠٪ تێکڕای سەرچاوەی مرۆیی لەم کایەدا پێك دەهێنن. لەهەمان کاتدا کارمەندانی تەندروستی لەهەموو ئاستەکانی چارەسەرکردنی نەخۆشدا رۆڵی سەرەکیان بینیووە بەجۆرێك زۆربەی کاتەکانی مانەوەی نەخۆش لەدەزگا تەندروستیەکاندا لەلایەن کارمەندانی تەندروستیەوە خزمەتگوزاری تەندروستیەکانیان پێشکەش دەکرێن.

بایەخدان بەبوارەکانی هونەری پەیوەندی مرۆیی (شێوازی هەڵسوکەوتکردنی ئیجابی لەگەڵ نەخۆش، پاراستنی مافەکانی نەخۆش) یەکێکە لەبابەتە ئێجگار و گرنگ و هەستیارەکان بەجۆرێك هەموو توێژینەوە زانستی یەکان کەلەم بوارەدا ئەنجامدراون گەواهی ئەم راستیە دەسەلێنن، تەنانەت بەجۆرێك کەلەزۆرێك لەسەرچاوە پزیشکی و تەندروستیەکان ئاماژە بەو راستیە دەدەن کەئەم بابەتانە لەخودی زانستی پزیشکی گرنگتر و کاریگەرترن.

ئەگەر سەیری دەزگا جۆربەجۆرەکانی راگەیاندنی کوردی بکەین رۆژ نی یە چەند گلەیی و گازندەی هاوڵاتیان لەم بوارە نەبیستین و نەبینین، ئەمەش بۆ ئەو هۆکارە دەگەرێتەوە کەئەم بابەتانە لەزانکۆکانی ئێمەدا پشتگوێخراون یان بەشێوەیەکی کرچ و کاڵ دەخوێنرێن بەپێچەوانەوەی وڵاتە پێشکەوتووەکان کە بەهیچ جۆرێك رێگە نادەن بەهیچ پزیشك و کارمەندێك کە مومارەسەی کارەکەی بکات تاوەکو خولی تایبەت لەم بوارە وەرنەگرێت و ساڵانە چەند جارێك بەشداری لە چالاکی تایبەت نەکات لەم بوارانەدا.

لەرێگای خولی راهێنانەوە دەتوانرێت ئاستی زانیاری کارمەندانی تەندروستی زیادبێت لەسەر مافەکانی نەخۆش و هەڵسوکەوتی دروست لەگەڵ نەخۆش و یاوەرەکانیاندا ، هەروەها خولی راهێنان دەتوانێت

یارمەتی کارمەندانی تەندروستی بدات لەگۆڕینی خوو و کرداری نادروست لەکاتی هەڵسوکەوتکردنی لەگەڵ نەخۆش و یاوەرەکانیدا, هەروەها یارمەتیان دەدات لە ئاشناکردنیان بە لێهاتوویی و شارەزایی پێویست تاوەکو بتوانن لە باشترین ئاستدا هەڵسوکەوت لەگەڵ نەخۆش و یاوەرەکانیاندا بکەن.

ئەم پرۆژەیە دەتوانێت ببێتە سەرەتایەکی بەهێز تاوەکو لەرێگایەوە بتوانێت زانیاری و لێهاتوویی و توانای کارمەندانی تەندروستی لەشێوازی پەیوەندی مرۆیی و هەڵسوکەتکردن لەگەڵ نەخۆش و یاوەرەکانیاندا و مافی نەخۆش دابنێت و ئەوەی زیاتر مایەی ئاماژەپێدانە لەرێگەی ئەم پرۆژەیەوە پرۆگرامێکی راهێنانی تێروتەسەل لەگەڵ ئامادەکردنی چەندین راهێنەر لەنێو خودی کارمەندان و دەزگا تەندروستیە حکومیەکان لەهەموو ناوچەکانی هەرێم, ئەمەش دەبێتە پاڵنەرێکی بەهێز تاوەکو دواتر وەزارەتی تەندروستی و سەندیکا تەندروستیە پەیوەندارەکان بتوانن بەردەوامی بەپرۆژەکە بدەن و ببێتەسیستەمێك و بەبەردەوامی کاری لەسەر بکرێت. ئەم پرۆژەیەش بەبەشێك لەوستراتیژە نوێە ئەژمار دەکرێت کە رێکخراوی تەندروستی جیهانی (WHO) ئاماژەی پێدەدات کە دەڵێت بەشداریپێکردنی کۆمەڵگە و رێکخراوە ناحکومیەکان لەسیتەمە تەندروستیەکاندا بەردی بناغەی بەرەرپێشچوونی هەموو سیستەمێکی تەندروستین لە جیهاندا.

سەرپەرشتیاری پرۆگرام

د.عبدالفتاح حمەرەحیم هەورامی

هەڵگری بروانامەی ماستەر و بۆرد(دکتۆرا) لەپزیشکی کۆمەڵ

مامۆستای سکوڵی پزیشکی- زانکۆی سلێمانی

مافەکانی نەخۆش

لە دەزگا تەندروستیەکاندا

Patient rights



ئامادەکردنی

لیژنەیەك لە سەنتەری هۆشیاری تەندروستی

سەرەتایەك

لەرووی مێژووییەوە قسەکردن لەسەر مافەکانی نەخۆش بابەتێکی تارادەیەك کۆنە هەرچەندە بەکارهێنانی ناونیشانێکی وەك مافەکانی نەخۆش نوێ یە و بۆ ناوەراستی سەدەی داهاتوو دەگەڕێتەوە بەتایبەتی دوای راگەیاندنی بەیاننامەی مافەکانی مرۆڤ لەلایەن نەتەوە یەکگرتووەکانەوە لە سالْی ١٩٤٨. زۆرێك لەبڕگەکانی مافەکانی مرۆڤ لە هەمان کاتدا بوونەتە بەربنەمای مافەکانی نەخۆش بەحکومی مرۆڤ بوونی نەخۆش.

لەرووی ناوەرۆکەوە زۆربەی مافە سەرەکی یەکانی نەخۆش لە سوێندەکەی هیپۆکراتدا (کە بەباوکی زانستی پزیشکی ئەژماردەکرێت لە سەدەی پێنجەمی پێش زایندا لەگەلْ یەکێك لە قوتابیەکانیدا دایناوە)ئاماژەی پێدراوە و خراونەتەڕوو.

بەشێوەیەکی گشتی مافەکانی نەخۆش تەوەرەی جۆربەجۆر لەخۆدەگرێت و پێکهاتەکان و ناونیشانەکانی تەوەرەکان لەولاتێکەوە بۆ ولاتێکی تر دەگۆڕێت بەپێ ی جیاوازی لە کەلتور و باری کۆمەلاّیەتی و ئاینی ولاّتەکان. لەگەلْ ئەمەشدا وەك بنەمای سەرەکی لەڕووی ناوەرۆکەوە مافەکانی نەخۆش لەزۆربەی ولاّتەکاندا نزیکی یەك دەبینرێت لەنێوانیاندا.

قسەکردن لەسەر مافەکانی نەخۆش بابەتێکی نوێ یە لەعێراق و کوردستاندا و لەم سالاّنەی دواییدا بوەتە جێگەی مشتومر و قسەلەسەر کردن لە نێوەندە جۆربەجۆرەکاندا. ئاشناکردن و هۆشیارکردنەوەی سەرچاوە مرۆیەکانی نێو دەزگا تەندروستیەکان بە هەموو ئاستەکانیانەوە (پزیشك و یاریدەدەری پزیشك و پەرستیار و کارگێر و تەکنیکی یەکان ......هتد)کارێکی ئێجگارگرنگە و لەهەمان کاتیشدا پێویستە نەخۆش و هاولاّتیان ئاشنا بکرێن بەماف و بەرپرسیارەتیەکانیان لە دەزگا تەندروستیەکاندا.

بەشێوەیەکی گشتی کەلێنیکی گەورە دەبینرێت لە ئاستی هۆشیاری سەرچاوەی مرۆیی لەدەزگا تەندروستیەکاندا لەرووی مافەکانی نەخۆشەوە ئەمەش بەهۆی لاوازی یان نەبوونی پرۆگرامێکی پێویست لەزانکۆ و پەیمانگەکاندا , لەهەمان کاتدا لاوازی رۆلّی وەزارەتی تەندروستی و سەندیکا پەیوەندارەکانی بواری پزیشکی و تەندروستی و لاوازی رۆلّی پەرلەمان لە دەرچواندنی یاسای پێویست لەم بارەیەوە.

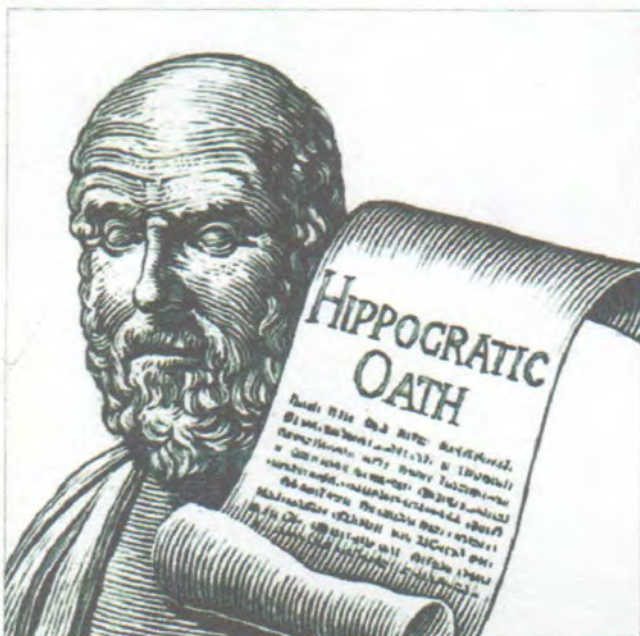
ئەم پرۆژەیەی ئێمە لە رێکخراوەکەمان رێکخراوی ناوەندی رۆشنبیری پزیشکان بەهاوکاری سەنتەری هۆشیاری تەندروستی بەیارمەتی راستەوخۆی فەرمانگەی رێکخراوە ناحکومیەکان (کە بودجەی ئەم پرۆژەیەی دابینکردوە) هەولێکی سەرەتایی یە بۆ بەرزکردنەوەی ئاستی هۆشیاری پزیشکان لەسەر مافەکانی نەخۆش و دواتر هەمان پرۆژە بەرفراوانتر دەکرێت بە جۆرێك هەموو کارمەندانی بواری تەندروستی لەخۆ بگرێت.

سوێند خواردنی هیپۆکراتیک

وەك لەسەرەوە ئاماژەمان پێدا سوێندەکەی هیپۆکرات بە یەکێك لەسەرچاوە سەرەکی یەکانی دانانی مافەکانی نەخۆش ئەژماردەکرێت لەبەرئەوەی زۆرێك لە بنەما سەرەکی یەکانی تایبەت بە کاری پزیشکی و ئەخلاقیاتی ئەو کارەی تێدا خراوەتە روو. لەم روانگەیەوە بەباشی دەزانینین کە ناوەرۆکی سوێندەکە ئاماژە پێ بدەین کەبریتی یە لە پەرەگرافەی خوارەوە.

ناوەرۆکی سوێندەکە

سوێند دەخۆم لە بەردەم خوای خۆمدا، وە لە بەردەم خانەوادەکەمدا، مامۆستاکەم و هاوپیشەکانمدا ، وە



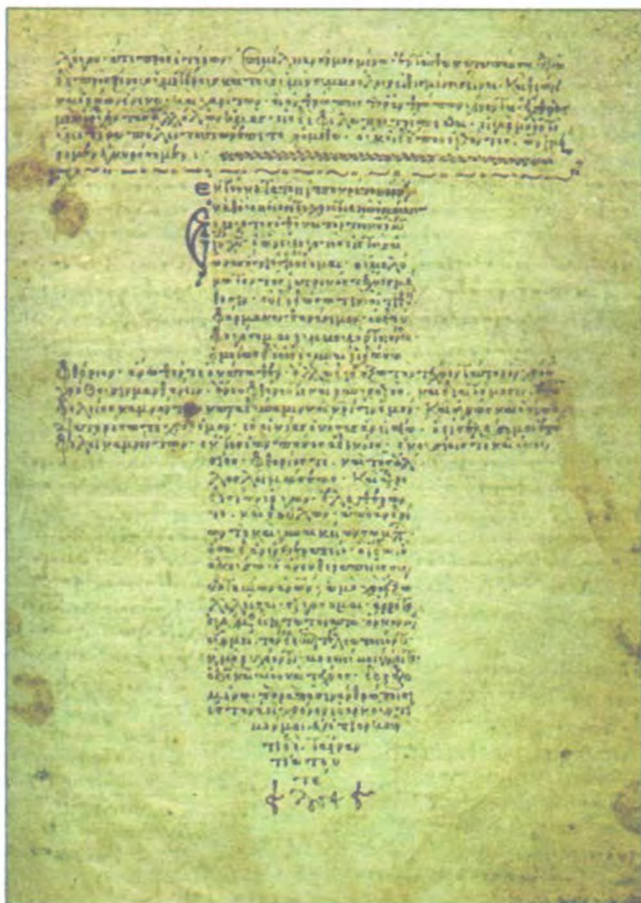
بەپێی تواناو بریاردانی خۆم ، ئەم سوێند و بەڵێنانە دەپارێزم.

بۆ هەموو ئەو کەسانەی کە ئەم سوێندەیان بەلاوە گرنگە.

هەموو ئەو کەسانەی کە منیان فێری ئەم هونەرە بەنرخە کرد، بۆ من وەك دایك و باوك وان، بە هەمان رۆحێت بۆ پێشکەشکردنی زانیاری لەسەر هونەری پزیشکی بۆ کەسانی تر.من بەردەوام دەبم لە هەوڵ و تێکۆشان بۆ دانەبڕانم لە بەرەوپێشچوونەکانی بواری تەندروستی. بۆ هەموو ئەو کەسانەی کە پێویستیان بە یارمەتی منە وەچارەسەرو مامەڵەیان لەگەڵ دەکەم بە بی جیاوازی. بە مەرجێك چارەسەری کەسانی تر بکەم بەبێ ئەوەی کە رێکەوتن هەبێت لە نێوا نماندا. وە هەوڵ دەدەم راوێژ و بەشداری بە توانای کەسانی پزیشکی تر بکەم کاتێك دەزانم کە بە سوودە بۆ نەخۆشەکەم.

من بەردەوام دەبم لە سەر ئەو رێگا چارەسەرکردنانەی کە پێی توانا و بریادانی خۆمە، وە رەچاوی ئەو سوودانە دەکەم بۆ نەخۆشەکەم وە رێگا نادام بە هەرشێوەیەك زەرەروو زیانی پێبگات، من بە هیچ شێوەیەك وەسفی (ڕەچەتە) دەرمانی کوشندە ناکەم وە هیچ برێك نانووسم بۆ هیچ نەخۆشێکم ئەگەر





لەسەر داوای خۆدی خۆشیشی بێت یان بەپێی راوێژی خۆی , وە بەو پەری توانامەوە رێزی ژیانی هەموو کەسێك دەگرم لە سەرەتای دروست بوونیەوە تاکو مردنێکی سروشتی وە هەموو لە بار چوونێك رەت دەکەمەوە کە ئارەزوومەندانە بێت بۆ پاراستنی ژیانی خەڵکی.

بە پاکی و پیرۆزی و بەخشندەییەوە من زانست و هونەرەکەم بەکار دەهێنم ، وە بەسەربەرزی ژیانم بەسەر دەبە م و کار بە زانست و هونەرەکەم دەکەم، بێجگە لەو حاڵتە مەترسی دارانەی پێویستیان بە راست کردنەوەو وردبینی هەیە .

من بەهیچ شێوەیەك لێکۆلینەوە ئەنجام نادەم لەسەر ئەو نەخۆشانەی کە خۆیان رەزامەند نین لەسەر ئەنجام دانی لێکۆلینەوەکە وە پێزیستە رەزامەندی دروست تێگەیشتن لەسەرزانستی لێکۆلینەوەی بابەتەکە هەبێت وە مەبەست بەهێزکردن و پتەو کردنی تاك بێت. کە ئەو نەخۆشە لەبارێك دابێت توانای داخل کردنی هەبێت بۆ لێکۆلینەوەکە، وە ئامانجم باشکردنی تەندروستی نەخۆشەکەبێت وە رێگە بە خۆم نادەم لەهەر کارێکی خراپ و زیان بەخش وە پێویستە نەخۆش رەزامەند بێت لەسەری.

هەرچەندە حالەتەکە پەیوەندی بەکارەکەم یاخود

تایبەت مەندی كارەكەم هەبێت یان نەبێت، پێویستە نهێنی و تایەت مەندی نەخۆش بپاریزم وە لە شوێنە گشتیەكاندا چاوپێكەوتنیان لەگەڵ نەكەم وە بەدرێژایی ژیانم ئەو نهێنیانە بپاریزم.

هەمیشە هەوڵ دەدەم بۆ پاراستن و پابەند بوون بەو سوێندەی خواردومە وە هیچ سەرپێچیەك ئەنجام نەدەم لەژیاندا، وە ببێتە مایەی دڵنیایم لە جێبەجێكردنی ئەو زانستو هونەرەی كە فێربووم لە كاتی كاركردنمدا بە پشتیوانی خودای گەورە، وە لەبەردەم خوای گەورەو هاوپیشەكانم و خانەوادەو كۆمەڵگاكەمدا ئەگەر كاركردنم بە پێچەوانی ئەو سوێندەبێت كە خواردومە توشی لێپێچینەوەو سزاببم .

تەوەرە سەرەكی یەكانی مافەكانی نەخۆش لە دەزگا تەندروستیەكاندا

بەشێوەیەكی سەرەكی مافەكانی نەخۆش دابەش دەكرێن بەسەر شەش تەوەرەدا و هەر تەوەرەیەكیش چەند بنەمایەك لەخۆدەگرێت، تەوەرە سەرەكی یەكانی لەم هێڵكاری یەی خوارەوەدا دەخەینەڕوو.



بەهای مرۆڤ بوون

لەم تەوەرەدا ئاماژە بە چەندین مافی نەخۆش دەدرێت لەرووی مرۆڤبوونی نەخۆشەوە، لەبنەما سەرەکی یەکانی ئەم تەوەرە:



*نەخۆش مافی هەیە لە وەرگرتنی خزمەتگوزاری تەندروستی بە شێوەیەکی گونجاو

*مافی هەیە لە ڕێزگرتنی کاتەکانی بەتایبەتی لە کاتی دەرچوون یان داغڵکردنی لە نەخۆشخانە بە گوێرەی کارنامە و خشتەیەکی ڕێکخراولەسەر مەسولیاتی خۆی

*مافی ڕۆڵ بینینی هەیە لە ڕێکخستنی ئەو چاودێری و خزمەتگوزاریانەی کە وەری دەگرێت بە جۆرێك دژ نەبێت و کارنەکاتە سەر پلانی گشتی چارەسەرەکەی.

*مافی هەیە بۆ گواستنەوەی بۆ دەزگای تەندروستی تر لەسەر حسابی تایبەتی خۆی و بە گوێرەی کارنامە و خشتەی کارپێکراو لەو دەزگایەدا.

هەروەها مافی ئەوەی هەیە داوای گۆڕینی پزیشك و کارمەندانە بکات کە لێپرسراون لە چارەسەرکردنی ئەگەر داواکارییەکەی گوونجاو بوو

*مافی هەیە لە ڕەتکردنەوەی بەشداری پێکردنی لەهەر جۆرە توێژینەوەیەکی زانستیدا

*مافی هەیە لە پێشکەشکردنی سکاڵای زارەکی یان نوسراو یان هەر جۆرە پێشنیارێك بۆ بەڕێوەبەرایەتی نەخۆشخانەکە بێ ئەوەی کار بکاتە سەر جۆری ئەو خزمەتگوزاریەی کە پێشکەشی دەکرێت.

دەستڕەسی بە زانیاری

- لەم تەوەرەدا ئاماژە بە چەندین مافی نەخۆش دەدرێت لەرووی دەستخستنی زانیاری یەوە واتە نەخۆش مافی هەیە زانیاری پێ بدرێت یان داوای زانیاری بکات لەو کەس و دەزگایانەی کە چارەسەری دەکەن، لەبنەما سەرەکی یەکانی ئەم تەوەرە:
- مافی هەیە لە ناسینی شوناس و پلەی کارکردنی پزیشکی چارەسەری و پەرستیاران و کارمەندانی تر کە خزمەتگوزاری پێشکەش دەکەن، تەنانەت لە حاڵەتێکدا ئەگەر پزیشکەکان پزیشکی نیشتەجێ یان لەکاتی ڕاهێنان یان تەنانەت ئەگەر خوێندکاریش بن.
- مافی هەیە لە وەرگرتنی زانیاری ڕوون و ئاشکرا لەبارەی دەستنیشان و پلانی چارەسەرو یان هەر ماکێکی نەویستراو کە ئەگەری ڕوودانی هەیە لە حاڵەتەکەیدا،وە چاودێری چارەسەرکردنی لە ڕێگەی بەکارهێنانی دەستەواژە و کارنامەی ڕوونکراوەو ئاشکرا بۆ نەخۆشەکە لەگەڵ دابینکردنی خزمەتگوزاری وەرگێران لە کاتی پێویستدا.



- مافی هەیە لە وەرگرتنی زانیاری تەواو لەبارەی چارەسەرە جێگرەوەکانی(بدائل)بۆ حاڵەتەکەی بەپێی زانیاری بەردەست
- مافی هەیە لە ئاشنابوون و ئاگاداری لەسەر پلانی چاودێری و خزمەتگوزاری و چارەسەرە پزیشکیەکانی بێ گوێدانە ئەگەری گۆڕانی ئەو کەسانەی کە چارەسەری دەکەن.
- مافی هەیە لە وەرگرتنی ڕوونکردنەوە و زانیاری تەواو لەبارەی ئەگەری ڕوودانی ئەو مەترسی و ماکە نەویستراوانەی کە ئەگونجێت ڕووبدەن لە حاڵەتی ڕەتکردنەوەی چارەسەری پێشنیارکراو لەگەڵ دڵنیا کردنەوەی لە زانین و ئاگادارکردنەوەی لە ئەگەری ئەو ئەنجامانە کە ڕوودەدەن بۆ نەخۆشەکە.

- مافی هەیە لە دەسخستنی کۆپیەك لە کورتەی ڕاپۆرتی پزیشکی تایبەت بە حاڵەتەکەی پاش دەرچوونی لە نەخۆشخانە بەمەبەستی کارئاسانی کردن لە کرداری چاودێری کردنی لەلایەن پزیشکی چارەسەر کارەوە یان لەلایەن مەڵبەندی تەندروستی یەوە لە کاتی پێویستدا.
- مافی هەیە لە دەسخستنی لیستی تایبەت بە تێچوونی چارەسەرەکەی لەو دەزگایەدا تەنانەت لە کاتێکدا ئەگەر تێچوونەکەشی لە لایەن کۆمپانیاکانی دڵنیایی تەندروستی یەوە دابین بکرێت.
- مافی هەیە لە دەسخستنی بەڵگەنامەی پەسەندکراوی تایبەت بە داغڵ بوونی لە دەزگا تەندروستیەکەدا ئەگەر نەخۆشەکە پێویستی پێی هەبوو لەهەر کاتێکدا.
- مافی هەیە لە پێداچوونەوەی هەر ڕاپۆرتێکی پزیشکی ئامادەکراو لە دەزگاکەدا کە تایبەتە بە چارەسەر و چاودێری تەندروستی ،هەروەك چۆن نەخۆش مافی هەیە لە داواکردنی ڕاپۆرتێکی تێرو تەسەل لە بارەی حاڵەتی نەخۆشیەکەی.

ڕەزامەندی بەخشین

لەم تەوەرەدا ئاماژە بە دەدرێت بە مافەکانی نەخۆش لەرووی وەرگرتنی رەزامەندی بۆ ئەنجامدانی کار و خزمەتگوزاری یە پزیشکی و تەندروستیەکان لەسەر نەخۆش, لەبنەما سەرەکی یەکانی ئەم تەوەرە:

*مافی هەیە لەکاتی داواکردنی بلاْوکردنەوە یان پیشاندانی هەر زانیاریەك پێویستی بەڕزامەندی نوسراوی نەخۆشەکە هەیە تەنها لە حاڵەتێکدا نەبێت کە ژیانی نەخۆشەکە لە مەترسیەکی بێگوماندا بێت.

*لەکاتی ئاساییدا مافی هەیە لە ڕەتکردنەوەی پشکنینی لەلایەن کەسی چارەسەر کارەوە ئەگەر لە ڕەگەزی خۆی نەبێت(نێر یان مێ)،ئەم مافە ئەکرێت جیێ بەجیێ نەکرێت لە کاتێکدا ژیانی کەسەکە لە مەترسی دا بێت و حاڵەتی جێگرەوە (بدیل)ی گونجاو نەبێت.

★ لەکاتی داواکردنی هەرجۆرە چارەسەرێك یان کردەیەکی پزیشکی دا پێویستی بە وەرگرتنی ڕەزامەندی ڕوون و ئاشکرای نەخۆشەکە هەیە تەنها لە حاڵەتێکدا نەبێت نەخۆشەکە بێ هۆش یان منداڵ بێت یان لەبەر هەر هۆیەك نەتوانێ ڕەزامەندی پیشان بدات ئەوا لەم کاتەدا کەسی بەرپرس لە خێزانەکەیدا (وەلی ئەمر)یان هەرکەسێکی تر لە ڕووی یاسایی یەوە بەرپرسێتی وەرگرتبێت ڕەزامەندی لێوەردەگیرێت.



★هەروەك چۆن مافی هەیە پاشەکشێ بکات لە توێژینەوەکاندا هەرکاتێك ویستی بێ ئەوەی ئەمە کار بکاتە سەر ئاست و جۆریەتی جۆری ئەو چارەسەرو چاودێریە پزیشکیەی کە پێشکەشی دەکرێت.

★مافی هەیە لە وەرگرتنی ڕەزامەندی بۆ بەشداری پێکردنی لە هەر جۆرە وانە و ڕاهێنان و کرداری فێرکردندا.

نهێنی و تایبەتمەندێتی پاراستن

لەم تەوەرەدا ئاماژە بنەما سەرەکی یەکانی مافی نەخۆش دەدرێت لەرووی پاراستنی هەموو زانیاری یەکانی بەشێوەیەکی نهێنی و لەگەڵ پاراستنی تایبەتمەندی یەکانی, لەبنەما سەرەکی یەکانی ئەم تەوەرە:

نەخۆش مافی هەیە لە پاراستنی تایبەتمەندی یەکانی و نهێنی زانیاریەکانی (زانیاری پزیشکی و کۆمەڵایەتی) ،لەکاتی داواکردنی بڵاوکردنەوە یان پیشاندانی هەر زانیاریەك پێویستی بەڕزامەندی نوسراوی نەخۆشەکە هەیە تەنها لە حاڵەتێکدا نەبێت کە ژیانی نەخۆشەکە لە مەترسیەکی بێگوماندا بێت.

چاودێری و چارەسەرکردن

لەم تەوەرەدا ئاماژە بە بنەما سەرەکی یەکانی مافی نەخۆش دەدرێت لە کاتی چارەسەرکردن و چاودێریکردنیەوە, لەبنەما سەرەکی یەکانی ئەم تەوەرە:



* نەخۆش مافی هەیە لە وەرگرتنی خزمەتگوزاری بە شێوەیەکی گونجا وبە جۆرێك بگونجێ لەگەڵ خوو کەسیەتی و بەها کەلتووریەکانیدا .

*مافی هەیە لە چارەسەرکردنی لە لایەن کەسێکی پسپۆر و ڕاهێنراو و تایبەتمەندەوە.

* مافی هەیە لە دابینکردن و چاودێریکردنی خزمەتگوزاری یە تەندروستی یەکانی لەسەر بنەمای پێویستیەکانی.



* مافی هەیە لە وەرگرتنی خزمەتگوزاری و چاودێریە تایبەتیەکان لە حاڵەتە کتوپڕەکاندا بەبێ گوێدانە ئەو خزمەتگوزاریانەی کەپێشتر پێشکەشی کراوە.

* مافی هەیە لە چاودێریکردنی لە لایەن پزیشکی ڕاوێژکار یان هەر کەسێکی تری جێگرەوەی لە پزیشکانی پسپۆڕو تایبەتمەند لە ماوەی ٢٤ کاتژمێر لە داغڵ بوونیەوە پاشان بە شێوەیەکی ڕێکخراو و ناوبەناو چاودێری بکرێت.

* مافی هەیە لە وەرگرتنی خزمەتگوزاری و چاودێری و گرنگی پێدانی تەندروستی بە بێ جیاوازی.

مافی هەیە بۆ دەرچوونی لە نەخۆشخانە لەسەر پێشنیاری ڕاوێژکاری چارەسەر لەگەڵ پێدانی چارەسەری گونجاو(دەرمان)، بەرواری چارەسەری داهاتووی لەگەڵ پێدانی ڕێنمایی پێویست بۆ گەیاندن و بەردەوام بوونی خزمەتگوزاریەکان لە ماڵەوە.

چۆنیەتی جێبەجێکردن

لەم تەوەرەدا ئاماژە بەگرتنەبەری ئەو ڕێوشوێنانە دەدرێت کە پێویستە بگیرێنەبەر بۆ جێ بەجێکردن و چەسپاندنی مافەکانی نەخۆش لەئاستی وڵات بەگشتی و دەزگا تەندروستیەکان بەشێوەیەکی تایبەتی، لەبنەما سەرەکی یەکانی ئەم تەوەرە:



١- دارشتنی یاسایەك بەمافەکانی نەخۆش.

٢- ڕاهێنانی هەموو سەرچاوە مرۆییەکانی نێو دەزگا تەندروستییەکان لە دامەزراوە ئەکادیمییەکاندا لەسەر مافەکانی نەخۆش، ئەمە سەرەڕای گرتنەبەری هەمان ڕێ و شوێن لەلایەن دامەزراوە تەندروستییەکانەوە.

٣- دانانی پلانی گونجاو بۆ ئاشنا کردنی هاوڵاتیان بە مافەکانیان وەکو نەخۆش.

٤- گرتنە بەری ڕێگای شیاو لە ناو دامەزراوە تەندروستیەکان بۆ ئەو کەسانە سەرپێچی یاسایی دەکەن.

٥- پێویستە سەرجەم هاوڵاتیان سودمەند بن لەم مافانە (یاساو ڕێساکان) بەبێ جیاوازی .

مافەکانی نەخۆش لە ئاینی ئیسلامدا

ئاینی پیرۆزی ئیسلام بابەخێکی تایبەتی داوە بە نەخۆش لەچەند روویەکەوە لەوانە:



١. کەمکردنەوە یان سوککردنی پەرستشە ئاینی یەکان وەك رۆژوگرتن (فَمَن شَهِدَ مِنكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَن كَانَ مَرِيضاً أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ) سورة البقرة١٨٥

٢. سەردانی کردنی نەخۆش بەواجب و ئەرك دانراوە.

٣. هاوکاریکردنی نەخۆش لە رووی ماددی و مەعنەوی یەوە.

بەگوێرەی ئاینی پیسلام مافەکانی نەخۆشی دابەش کردوە بە سەر چوار ئاست و لایەندا

- مافەکانی نەخۆش لەسەر خودی خۆی
- مافەکانی نەخۆش لەسەر خێزان و کەس و کارەکەی
- مافەکانی نەخۆش لەسەر دەزگا تەندروستیەکان
- مافە گشتی یەکانی نەخۆش لەسەر حکومەت و لایەنی پەیوەندار

مافە گشتی یەکانی نەخۆش لەسەر حکومەت و لایەنی پەیوەندار



ئاینی پیرۆزی ئیسلام وەك بنەمایەکی گشتی لایەنی پەیوەندارەکانی دەوڵەتی بەرپرسیارکردوە لەلایەنە جۆربەجۆرەکانەوە. هەر دەزگا و بەرپرسێك لەنێویشیاندا وەزارەتی تەندروستی بەرپرسە لەبەرامبەر تەندروستی هاوڵاتیان و تاکەکانی کۆمەڵگەکەی. پێغەمبەری خوا ئەفەرموێت:

(كلكم راع وكلكم مسئول عن رعيته) متفق عليه

(اللَّهُمَّ مَنْ وَلِيَ مِنْ أَمْرِ أُمَّتِي شَيْئًا فَشَقَّ عَلَيْهِمْ فَاشْقُقْ عَلَيْهِ ، وَمَنْ وَلِيَ مِنْ أَمْرِ أُمَّتِي شَيْئًا فَرَفَقَ بِهِمْ فَارْفُقْ بِهِ) رواه مسلم.

شێوازی هەڵسوکەوتکردن

لەگەڵ نەخۆش و هاوەڵەکانیاندا



ئامادەکردنی

د.عبدالفتاح حمەرەحیم هەورامی

راهێنەر لە بواری راهێناندا

ماستەرو بۆرد (دکتۆرا) لە پزیشکی کۆمەڵ (مامۆستا لە کۆلێژی پزیشکی - زانکۆی سلێمانی)

پسپۆری پزیشکی کۆمەڵ- بەرپرسی سەنتەری هۆشیاری تەندروستی

dr_hawramane@yahoo.com
Drhawramane@gmail.com
Mobile: 07701914127
www.facebook.com/abdulfattah Hawramei

هونەری پەیوەندی مرۆیی

هونەری پەیوەندی مرۆیی یەکێکە لە بابەتە زۆر گرنگەکان کە هەموو مرۆڤێك پێویستە بە رادەیەکی باش ئاشنا ببێت بە بنەما سەرەکی یەکانی بۆ ئەوەی بتوانێت بەشێوەیەکی کاریگەر پەیوەندی یەکانی رۆژانەی لەگەڵ دەوروبەریدا رێك بخات.

ئەم بابەتە بۆ ئەو توێژانەی کەلەبواری تەندروستیدا کاردەکەن (بەهەموو پلە و ئاستەکانیانەوە) گرنگی یەکی زیاتر وەردەگرێت, هەر ئەمەشە وایکردوە لە تەواوی پرۆگرامەکانی نوێی زانستی پزیشکیدا سەرەتای دەستپێکی هەموو پەرتوکە مەنهەجیەکان بە چاپتەرێکی تایبەتکراو بەم بابەتە دەست پێدەکات لەهەموو پسپۆری یە پزیشکی یەکاندا. بۆ ئاشنا بوون بە بنەما سەرەکی هونەری پەیوەندی مرۆیی پێویستە لەسەر هەریەك لە بوارەکانی زانیاری و گۆڕینی خوو لەگەڵ لیهاتوویی پێویستدا کاریان لەسەر بکرێت(**KAS-Knowledge-Attitude and Skills**). ئەم سێ بوارەش لەرێگای خولی راهێنانی تایبەتەوە کاریان لەسەر دەکرێت نەك لەرێگای وانەبێژی یەوە.





بنەماکانی پەیوەندی مرۆیی

هەموو پەیوەندی یەکی مرۆیی بۆ ئەوەی کاریگەر بێت سێ بنەمای سەرەکی لەخۆدەگرێت.

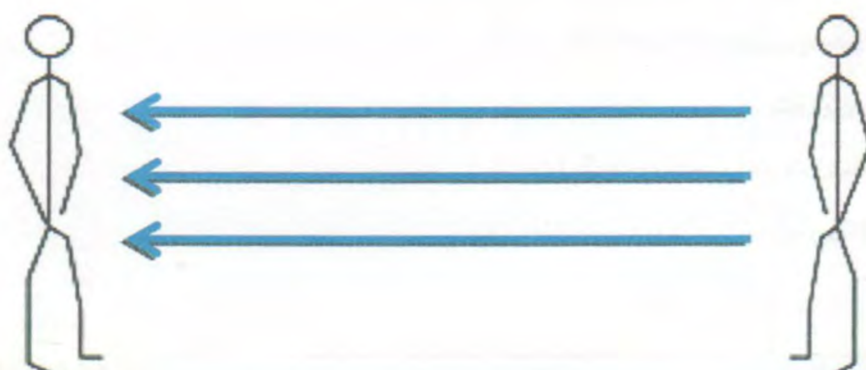


زانیاری (Information)

ئەوکردارەیە کە تێیدا زانیاری دەگوێزێتەوە لەکەسی نێرەوە بۆ وەرگر. واتە تەنها یەك کەس قسە دەکات و ئەوی تر یان ئەوانی تر گوێ دەگرن.

کردارەکەی : پەیوەندی یەکە لێرەدا یەك ئاراستەیە.

مەبەستەکەی: بۆگواستنەوەی زانیاری یە لە نێرەرەوە بۆ وەرگر.



ڕۆشنبیری (Education)

کردارێکە کەبەهۆیەوە ئاڵوگۆڕی نامەوپەیام ڕوودەدات لەنێوان دوان یان زیاتر لەمرۆڤەکاندا بۆئەوەی بڕیارێك دروست بکرێت.

کردارەکە: پەیوەندی یەکە لێرەدا دووئاراستەیە

مەبەستەکەی: بڕیاردانە بۆئەوەی کارێك بکرێت یان نەکرێت.



ڕاویژکردن (Counseling)

کردارێکە کە تیایدا ئاڵوگۆڕکردنی نامەوپەیامەکان ڕوودەدات لە نێوان نێرەر و وەرگر بەویستی ئاسان کاری لەدروستکردنی بڕیارلەگەڵ جێ بەجێ کردنی بڕیارەکە لای کەسی وەرگر.

کردارەکە: پەیوەندی یەکە لێرەدا دووئاراستەیە

مەبەستەکەی: بۆئاسانکاری کردنە لەبڕیاردان و جێ بەجێ کردنی بڕیارەکە لای کەسی وەرگر.

خاسیەتەکانی ڕاوێژکردن

پەیوەندی مرۆیی بۆ ئەوەی بگاتە ئاستی ڕاوێژ ئەبێت چەند خاسیەتێکی تایبەتی تێدا بێت, لەوانە:

- تایبەتمەندی (خصوصیەت) (Privacy)
- نهێنی تێدا بپارێزرێت
- گۆڕینەوەی زانیاری و ڕۆشنبیری لەخۆبگرێت.
- بەبڕیاردان کۆتایی پێ بێت و گرتنەخۆی تێدا بێت

کورتەی راوێژ:



بەشێوەیەکی گشتی هەموو راوێژکردنێك دەبێت چەند بنەمایەکی سەرەکی تێدا بێت کەلەوشەی (GATHER) ئینگلیزیدا کورتکراونەتەوە و ئەم وشەیەش لەشەش پیت پێکهاتووە و هەر پیتێك بنەمایەکی سەرەکی راوێژکردن لەخۆدەگرێت.



پاش ڕاوێژکردن ، نێرەر لێپرسراو دەبێت لە هاوکاریکردنی وەرگر لەم روانگانەی خوارەوە:-

- یارمەتی دانی وەرگر بۆ هەڵسەنگاندنی پێویستیەکانی فێربون و زانیاری وپاڵپشتی دەروونی وسۆزداری .
- دابین کردنی زانیاری گونجاو بۆ وەرگر بۆئەوەی بتوانێت بەشێوەیەکی دروست لەگەڵ گیروگرفتەکانیدا بجولێتەوە لەگەڵ دیاری کردنی پێویستی یەکانی.
- یارمەتی دانی وەرگر بۆئەوەی بەویستی خۆی بڕیار بدات لەسەربناغەیەکی تەندروست و زانستی.
- یارمەتی دانی وەرگر بۆ گەشەکردنی کارامەیی و لێهاتنەکانی کەپێویستی پێ یانە بۆ جێ بەجێ کردنی بڕیارەکانی لەئیش و کاری رۆژانەیدا.

گرتنەخۆ - تەبەنی (Adoption)

کرداری گرتنەخۆ بەیەکێك لە پێکهاتە سەرەکی یەکانی هونەری پەیوەندی مرۆیی ئەژمار دەکرێت کە لە رێگایەوە دەتوانرێت کاریگەری لەسەر لایەنی بەرامبەرەوە دروست بکرێت , ئەم کارەش کارێکی ئاسان نیە و پێویستی بە قۆناغ بەندی هەیە.

کرداری گرتنەخۆ کردارێکە کە تێیدا مرۆڤ بڕیاردەدات کەهەوڵ بدات یان بەکرداری هەستێ بەکردنی کارێك بەجۆرێك دوابڕیاری بریتی بێت لە لە خۆگرتن یان ڕەتکردنەوەی.



کارکردن لەسەر ئاگا و هۆش:

لەم قۆناغەدا نێرەر پێویستە ئاگا و هۆشی وەرگرەکەی زیاد بکات تایبەت بەو بابەتەی کە دەیەوێت بگرێتەخۆی و پەسەندی بکات.

هەستکردن:

لەم قۆناغەدا پێویستە وەرگر بتوانێت هەست بەگرنگی بابەتەکە بکات و زۆرجاریش ئەگونجێت هەست پێکردنەکە بەجۆرێك بێت کە هەستەوەرەکانی لەش بەشداریان تێدا بکات.

هاندەر و پاڵنەر:

لەم قۆناغەدا پێویستە وەرگر ئاشنا بکرێت سەبارەت بەسودی ماددی و مەعنەوی لە بابەتەکەدا, ئەمەش دەبێتە پاڵنەری سەرەکی بۆ دواکەوتنی ئەو پەیامەی کە لەلایەن وەرگرەوە دەنێرێت.

کردار و کردەوە:

کۆتا قۆناغی کرداری گرتنەخۆ بریتی یە لەئەنجامدانی کردارەکە لەلایەن وەرگرەوە. واتە کاتێك پێویستە داوا لەوەرگر بکرێت کە کارێك ئەنجام بدات کە دوا قۆناغی گرتنەخۆیە کە قۆناغەکانی پێشوتری لەگەڵدا گیرابێتەبەر.

ئاگا، هۆش

- کەسەکە ئاگا و هۆشی هەبێت کە گرفت وحاڵەتێك هەیە.

هەست کردن

- کەسەکە بزانێت کە:
- تاچەند گرفت وحالەتەکە کاری لێکردوە
- تاچەند پابەند و پەیوەندە پێ یەوە.
- کەسەکە دڵنیابێت کەگرفتەکە:
- پەیوەندی پی یەوە هەیە بەشێوەیەکی ڕاستەخۆ.
- پەیوەندی پی یەوە هەیە بەشێوەیەکی ناڕاستەخۆ

هاندەر، پاڵنەر

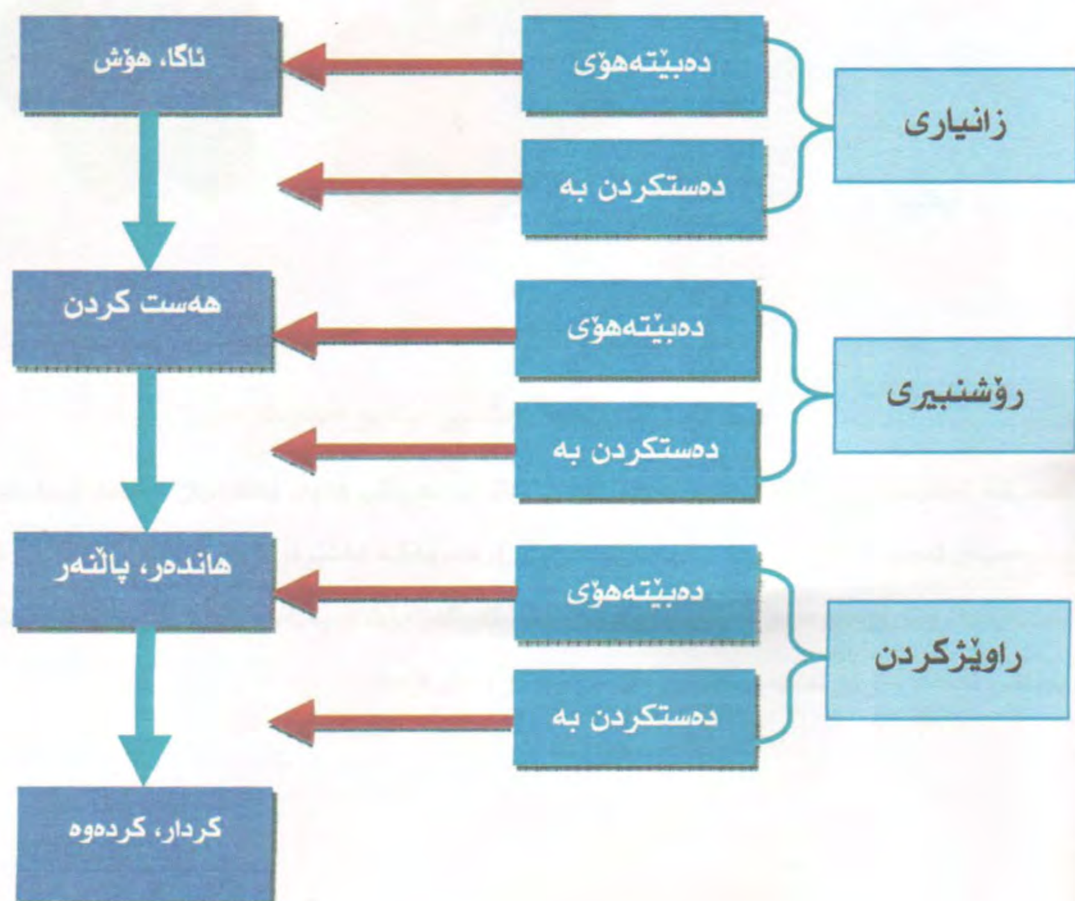
- کەسەکەدەبێت دڵنیا و قایل بێت کە:
- مەترسیەکان کارناکەنە سەرگرفتەکە
- سودەکانی دەستکردن بەکار لە سەرگرفتەکە
- بونی چارەسەری گونجاو بۆ گرفتەکە

کردار، کردەوە

- کەسەکە هەستێت بەهەنگاوە بناغەیەکان بۆ:
- هەوڵی یەکەم بۆچارەسەرکردن
- هەڵسەنگا ندنی هەنگاوی یەکەم
- *هەوڵی دووەم بۆچارەسەرکردن
- هەڵسەنگاندنی هەنگاوی دووەم
- پەسەندکردن یان ڕەتکردنەوەی

ڕۆڵی زانیاری و ڕۆشنبیری و ڕاوێژکردن لەقۆناغەکانی گرتنەخۆ (تەبەنی کردندا):

بنەماسەرەکی یەکانی پەیوەندی مرۆیی رۆڵێکی کاریگەر دەبینن لە قۆناغەکانی کرداری گرتنەخۆدا ، هەروەك لەم هێڵکاری یەی خوارەوەدا رونکراوەتەوە:



پێناسەی هونەری پەیوەندیکردن

(Interpersonal communication)

کردارێکە کە بەهۆیەوە مرۆڤەکان ئاڵوگۆڕی زانیاری و بیرۆکە و هەستەکان دەکەن لەئیش و کاری ڕۆژانەیاندا (لەکارێکی فەرمی یان نافەرمیدا) لەشوێنە جیاوازەکاندا بۆ ئەوەی ببێتەهۆی دروستکردنی کاریگەری یان کاردانەوە لەرێگای بەکارهێنانی وشە, دەنگ, واتاکانی جوڵەی دەم و چاو , شێوازی جوڵەی لەشەوە.



پێکهاتەکانی پەیوەندیکردن

هەمیشە لەهەموو پەیوەندی یەکی مرۆیدا دوو پێکهاتەی سەرەکی هەیە, یەکەمیان ئەوەیە کەپەیامەکە دەنێرێت (نێرەر) و دوەمیان ئەوەیە کەپەیامەکە وەردەگرێت(وەرگر), هەریەکە لەنێرەر و وەرگر چەند کارێك ئەنجام دەدەن وەك لەم خشتەیەدا رونکراوەتەوە، بۆ ئەوەی پەیوەندی یەکە کاریگەر بێت و پەیامەکە بەباشی بگات پێویستە هەموو ئەم کارەکان بەباشی ئەنجام بدرێن لەلایەن هەردوو لایەنی وەرگر و نێرەرەوە.

نێرەر: ئەوکەسەی کەپەیامەکە دەنێرێت	
بیرۆکە	بیرێکە لەناوەندی خەزنی نێرەردا
شفرە(کۆد)	گۆڕینی بیرۆکە بۆ شێوەیەك ببینرێت(وشە،وێنە،نمونە)
ناردن	کردارێکە،کارێکە،یان کەناڵێکە بەکاردەهێترێت بۆ ناردنی پەیامەکە بۆ وەرگرە.
وەرگر: ئەوکەسەیە کە پەیامەکەی بۆ نێراو	
وەرگرتن	کردارێکە،کارێکە،یان کەناڵێکە بەکاردەهێنرێت بۆ وەرگرتنی پەیامەکە لەنێرەرەوە.
لابردنی کۆدەکە	لێکدانەوە و شیکارکردنی پەیامەکە بۆ ئەوەی مانا بدات.
بیرۆکە/کاریگەری	ئەو بیرەیە کە لە ئەنجامی شیکارکردنی پەیامەکەوە پەیدا دەبێت
گەڕانەوە .	گەڕانەوەی پەیامەکەیە لەوەرگرەوە بۆ نێرەر تاوەکو بزانرێت کە پەیوەندییەکە کاریگەری دروستکردوە(پەسەندە) یان کاریگەری نەبووە(بەرپەرچدراوەتەوە)



پەیوەندی نێوان پێکهاتەکانی کرداری پەیوەندیکردن

- پەیوەندی ریزبەندی دوابەدوا لەلەنێوانیاندا هەیە.
- ڕێگری ئەگونجێت ڕووبدات لە هەریەك لە پێکهاتەکاندا.
- هەر ڕیگرییەك لەهەر پێکهاتەیەکدا ڕووبدات ئەوا کاردەکاتە سەر پێکهاتەکانی دوای خۆی و کاریگەری پەیوەندی کردنەکە کەم دەکاتەوە.

- گەڕانەوە پیشانی دەدات کەپەیوەندیەکە کاریگەری بووە یان نەخێر.
- نێرەری سەرەکی سوپاسی پەیامی نێراو دەکات لەوەرگرەکەوە و یان ڕاستی دەکاتەوە ئەگەر هەڵەبوو
- ئەم کارە ناجێگیرە بەجۆرێك نێرەر دەبێت بە وەرگر و بەپێچەوانەشەوە
- کەناڵەکانی ناردنی پەیامەکان لە پەیوەندی مرۆیدا زۆر و فرە چەشنن لەوانە نوسراو , وێنە, دەنگ , وێنەی جوڵاو, باشترین جۆری پەیوەندی ئەوەیانە کە هەموویانی تێدا بێت

ئەو هۆکارانەی کاردەکەنە کاریگەری پەیوەندی نێرەر و وەرگر:

لێرەدا بەکورتی ئاماژە بە چەند هۆکارێکی سەرەکی دەدەین کە ڕۆڵ دەبینن لەئاستی کاریگەری پەیوەندی یە مرۆیەکە, لەو هۆکارانەش:

١. جۆری پەیوەندی یەکە : یەك ئاڕاستەیە یان دوو ئاڕاستەیە

٢. تەرکیزکردن واتە ئاستی تەرکیزکردنی هەریەك لەنێرەر و وەرگر.



٣. بەکارهێنانی هەردوو جۆرەکەی پەیوەندی مرۆیی کە بریتین لە پەیوەندی زارەکی(وشە)(verbal)و پەیوەندی نازارەکی(بێ دەنگ non verbal) واتە (جوڵەی ئەندامەکانی لەش جگە لە دەم)

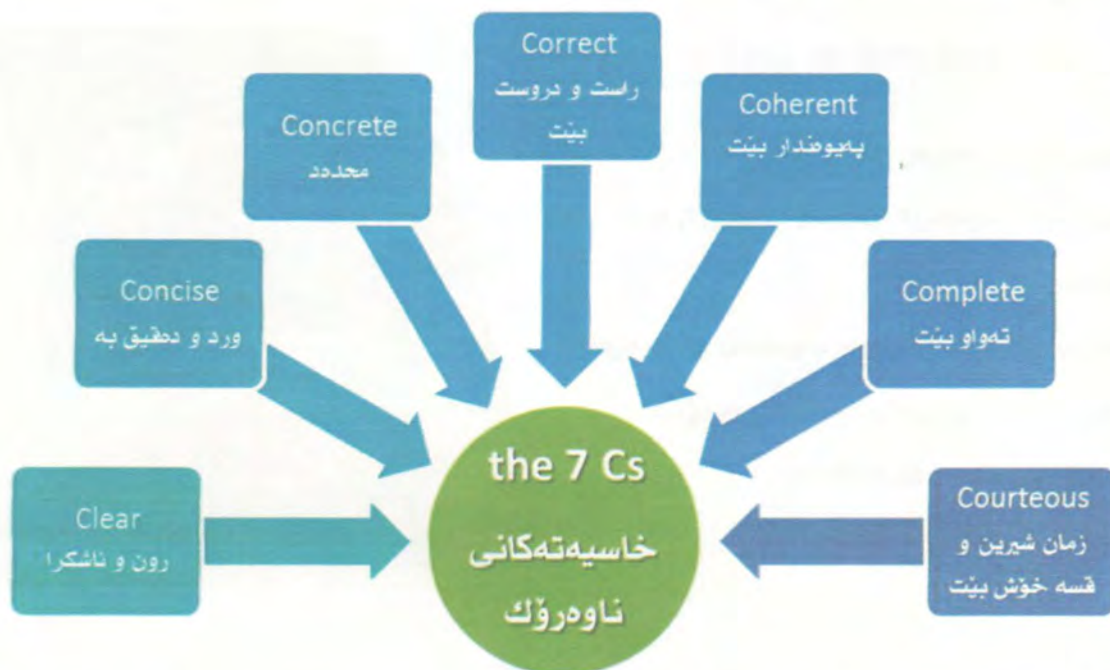
بەشێوەیەکی گشتی دەبێت زۆرترین ڕێژەی پەیوەندی مرۆیی نازارەکی بێت, بەجۆرێك هەندێك لەزانایان پێیان وایە پەیوەندی مرۆیی دەبێت بەم شێوازە بێت:



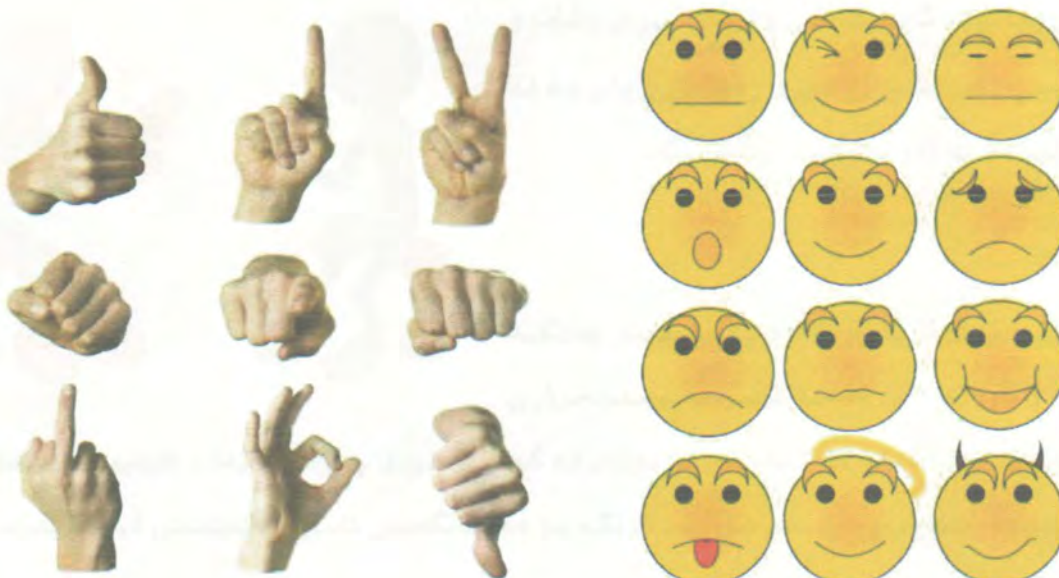
٤. ئاستی هەستکردن بەکەسەکان وبەهاکانیان و ڕێزگرتن لە یەکتری.

٥. ناوەڕۆکی بابەتەکە کەرۆڵی سەرەکی دەبینێت لەئاستی کاریگەری پەیوەندی یەکە.

ناوەڕۆکی ئەو پەیامەی کە بەکاردەهێنرێت لەپەیوەندی یەکەدا رۆڵێکی سەرەکی دەبینێت لەسەرکەوتنی پەیوەندی مرۆیەکەدا, بۆ ئەوەی ناوەڕۆکی پەیامی نێراو و گونجاو و کاریگەر بێت ئەوا پێویستە چەند خاسیەتێك لەخۆ بگرێت کە بە (C٧) رێکخراون وەك لە خوارەوەدا ڕونکراونەتەوە



٦. ئەو شوێنەی کە پەیوەندی مرۆیەکەی تێدا ئەنجام دەدرێت (ژینگە و دەوروبەر) لەرووی پاك و خاوێنی و گونجاوی رووناکی و ئاوهەواو جوانی سروشتی یەکەیەوە.



ئەو تەكنیكانەی كە پێویستن بۆ چالاككردنی پەیوەندی نێرەر و وەرگر

لێرەدا ئاماژە بەچەند تەكنیكێكی گرنگ دەدەین كە نێرەر پێویستە رەچاویان بكات بۆ ئەوەی پەیوەندی مرۆیەكەی كاریگەر و چالاك بێت بەجۆرێك بتوانێت كاریگەری لەسەر وەرگرەكەی دروست بكات, لەو تەكنیكانەش:



١. گوێگرتنی چالاك (Active listening)

- چاوتێبڕینی گونجاو لەلایەن هەردوولاوە
- سەرنجانی تەواو(خۆخەریك نەكردن بە شتی ترەوە)
- قسە پێ نەبڕین.
- پیشاندانی حەزی خۆت بەرامبەر پەیوەندی بەرامبەرەكەت (لەرێگەی سەرلەقاندن، بزەكردن، چەمانەوە بۆی).
- گەڕاندنەوەی فیدباك بۆ نێرەرەكەت
- دورکەوتنەوە لە دادگایی لەسەر پەیامەکان

٢. ئارامگرتن:

یەكێكی ترە لە تەكنیكە گرنگەكان بەجۆرێك زۆرجار وەرگرەكەت ئاستی رۆشنبیری و كۆمەڵایەتی و تەنانەت توانای وەرگرتنی زانیاری جیاوازە و پێویستی بە ئارام گرتنی زیاتر هەیە تاوەكو بەدڵنیایەوە بتوانێت پەیامەكەت وەر بگرێت.



٣.بەكارهێنانی زمانێك كەبەئاسانی وەرگر تێ ی بگات و گونجاوبێت بۆ ئاستی ئەو, باشترین جۆری زمانیش بریتی یە لە دابەزین بۆ ئەو ئاستەی كە ئەو دەتوانێت لێت تێ بگات.

٤.بەكارهێنانی پرسیاری كاریگەر، تەكنیكی پرسیار یەكێكە لەتەكنیكە گرنگ و كاریگەرەكان لەباشتركردنی پەیوەندی مرۆیی لەژیانی رۆژانەماندا, ئەم تەكنیكە كارئاسانیمان بۆ دەكات لە گۆڕینی جۆری پەیوەندی یەكە لەپەیوەندی یەكی یەك ئاراستەوە بۆ پەیوەندی یەكی دوو ئاراستە، هەروەها گرنگە بۆ هەڵسەنگاندنی ئاستی تێگەیشتنی لایەنی بەرامبەرت و لەگەڵ كارئاسانی كردن لەبریاردانی پێویست بۆ لایەنی بەرامبەرت.



پرسیار چەند جۆرێکن :



پرسیاری کراوە :-لێرەدا پرسیارەکە کراوە و گشتی یە بۆ دەستکردن بە پەیوەندیەکە بۆ نمونە(چۆن ئەتوانم یارمەتیت بدەم ؟)

ئەمجۆرە لەپرسیار بەکاردێت بۆ:

*هاندان لەسەر وتویژکردن

*پێدانی زانیاری زیاتر و ناسینی زیاتری بەرامبەرت

*کۆکردنەوەی زانیاری زیاتر



پرسیاری سنوردار(داخراو):لێرەدا پرسیارەکە تاڕادەیەك سنوردارە و وەرگر ناتوانێت بە وەڵامێکی گشتی وەڵام بداتەوە بۆنمونە(تۆ تا چەند گرفتت هەیە؟)

ئەمجۆرە لەپرسیار بەکاردێت بۆ:

*دەستخستنی وەڵامی کورت بۆ رەچاوکردنی کات

*بۆڕونکردنەوەی زانیاری یەکە

*بۆیارمەتی دان لەسەرجەخت کردنەوەی لەسەر وەڵامی ویستراوی پرسیاکردنەکە .

پرسیاربۆ تاقیکردنەوە: لێرەدا پرسیارەکە زۆر سنوردارە و وەرگر پێویستە وەڵامەکەی زۆر سنوردار و تایبەت بێت و بەجۆرێك زۆرجار وەڵامەکەی دەبێتە بەڵێ و نەخێر بۆنمونە(ئەتوانیت بەکورتی پێم بڵێیت تەندروستیت باشە یان خراپە؟)

ئەمجۆرە لەپرسیار بەکاردێت بۆ :

*بۆدەست خستنی زانیاری تەواو لەکاتێکی زۆر دیاریکراودا

*دەست کەوتی زانیاری تایبەتی لەسەر حاڵە تێك

٥.بەکارهێنانی هۆکاری بینراو بەپێ ی گونجاندن، بەتایبەتی کاتێك زانیاری لەسەر بابەتێکی دیاری کراو دەدەیت. بۆ گەیاندنی بابەتێکی دیاریکراو باشتروایە هۆکارێك بەکار بهێنرێت کەوەرگر بتوانێت لەرێگای زیاتر لەیەکێك لە هەستەکانیەوە وەریبگرێت بۆ نمونە ئەگەر وەرگر تەنها قسە بکات ئەوا وەرگر تەنها بەبیستن دەتوانێت پەیامەکە وەربگرێت, بەڵام ئەگەر وێنەیەکی جوڵاو بەکاربهێنێت ئەوا وەرگر دەتوانێت هەستی بیستن و بینینی بەکاربێنێت.



تێبینی: سەیری پاشکۆی ژمارە یەك بکە



٦. پرسیارکردن بەشێوەیەکی گونجاو لەوەرگر تاوەکو سەرنج و زانیاری یەکان دووبارەبکاتەوە بۆئەوەی بزانێت تا چەند پەیوەندییەکەی سەرکەوتوو بووە یان تاچ رادەیەك وەرگر تێگەیشتووە و پەیامەکەی وەرگرتووە (کاردانەوە-فیدباك).

٧.پیا هەڵدان وهاندان و سوپاس کردن کاتێك دەرکەوت کەوەرگر پەیامەکەی وەك خۆی وەرگرتووە و ئەمەش وەك پاڵنەرێکی نامادی بەکاردێت.

٨. دوبارەکردنەوەی وەڵامەکان وکورت کردنەوەیان(Paraphrasing –Summarizing)، گرنگترین خاڵە سەرەکی یەکانی نێو پەیامەکە لەلایەن نێرەرەوە کورت دەکرێنەوە و ئاراستەی وەرگر دەکرێنەوە پێش کۆتایی هاتن بە پەیوەندی یەکە.

ئەم کارە یارمەتی دەردەبێت لە :-

- دڵنیابوونەوە لەتێگەیشتن بەشێوەیەکی ڕاست.
- گوێگرتن وسەرنجدان
- ڕونکردنەوەی ئەوەی وەرگردەیڵێتەوە بەشێوەیەکی گونجاو
- جەخت کردنەوەی لەسەر گۆڕینەوەی زانیاری

ئەو نیشانانانەی کەئاماژەن بۆ ئەوەی کە وەرگر بە پەیامی نێرەر دڵخۆش و شادومانە:

کارێکی ئیجگار گرنگە کەسی نێرەر شارەزایی هەبێت بەجۆرێك بتوانێت هەڵسەنگاندنێکی خێرا ئەنجام بدات بۆ ئەوەی بزانێت تا چەند وەرگر دڵخۆش وشاداومانە بەپەیوەندی نێرەر ,لێرەدا لەکاتی ناردنی زانیاری و ڕۆشنبیری و ڕاوێژکردندا پێویستەکەسی نێرەر بتوانێت بڕیاری خۆی بدات کە ئایا ئامانجی پەیامەکەی وەك خۆی گەیشتووە بە وەرگر یان بە پێچەوانەوە. ئەم کارە دەبێتە یارمەتی دەرێکی بەهێز بۆ وەرگر تاوەکو بتوانێت کاردانەوەیەکی خێرای وەرگرەکانی وەربگرێت و لە دەرئەنجامیشدا گۆڕانکاری پێویست لەپێکهاتەکانی پەیوەندی یەکەیدا ئەنجام بدات .

ئەو نیشانانەی کەئاماژەن بۆدڵخۆشی و شادومانی لە کەسی وەرگردا بریتین لە:

- بەئازادانە پرسیار کردن
- بەئازادانە وەڵام دەدانەوە
- بەئاسانی و بەهێمنی وەڵام دەدانەوە



- چاو بڕینە کەسی نێرەر بە شێوەیەکی باش
- تورە دەرناکەوێت و زۆرپێناکەنێت
- نارەحەت وبێ ئارام وبێ تاقەت دەرناکەوێت
- سەیری ئەم لاو ئەو لاناکات وخۆی مەشغول ناکات

ڕێگری یەکانی هونەری پەیوەندی مرۆیی کاریگەر

لێرەدا بەشێوەیەکی گشتی ئاماژە بە چەند ڕێگری یەك دەکەین لەپێکهاتە سەرەکی یەکانی پەیوەندی مرۆیدا ئەگونجێت ڕووبدەن و کاردەکەنە سەر ئاستی کاریگەری پەیوەندی مرۆیی، لەبەرئەوە پێویستە بە پێ ی گونجان ڕێگری بکرێت لە ڕوودان یان ڕوودانەوەیان، لەگرنگترینی ئەو ڕێگریانەش:



١. **ڕێگری زمانەوانی:** بریتین لە هەموو ئەو گرفتانەی کە لە زمانەوانیدا ڕوو دەدەن و پەیوەندیان بە نێرەرەوە هەیە لەوانە:

- بەکارنەهێنانی زمانێکی ڕون و ئاشکرا بەرامبەر وەرگر
- دەستەواژەی ناڕوون و قورس



٢. **ڕێگرە دەروونیەکان:** ئەم گرفتە پەیوەندە بە باری دەروونی هەر یەك لە نێرەر و وەرگرەوە بەجۆرێك هەر جۆرە لادانێك لەباری دەروونی هەریەکەیان دەبێتە هۆی دروستکردنی کاریگەری نەگەتیڤ لەسەر پەیوەندی یەکە, لەم ڕوانگەیەوە پێویستە کاتی ئەنجامدانی پەیوەندی یە مرۆیەکە لە کاتێکدا بێت کە هەریەکە لە نێرەر و وەرگر لەباشترین باری دەروونیدا بن.

٣. **ڕێگری فەسلەجی:**

بوونی گرفتی بینین و بیستن و یان قسەکردن لەهەریەك لەنێرەر و وەرگر یان هەردوکیان کاریگەری بەهێزی دەبێت لەسەر پەیوەندی یەکە.

٤. **ڕێگری ڕێکخراوەیی:**

زۆرجار ئەو ڕێکخستنە کارگێڕیانەی کە لە ڕێکخراوێکدا پیادە دەکرێن دەبن ڕێگر لەبەردەم ئەنجامدانی هونەری پەیوەندی مرۆیی بەشێوەیەکی کاریگەر.



یان زۆر جار نەبوونی توانا و لێهاتوویی لە شێوازی پەیوەندی مرۆیی نێو دەزگا و ڕێکخراوەکەدا, یان نەبوونی هۆشیاری دروست و پێویست لەنێوکارمەندەکانی ڕێکخراوەکەدا لەسەر شێوازی پەیوەندی مرۆیی گرفتێکی گەورە دروست دەکات.

٥. **ڕێگری تایبەت بە ئاراستە و تێگەیشتن:**

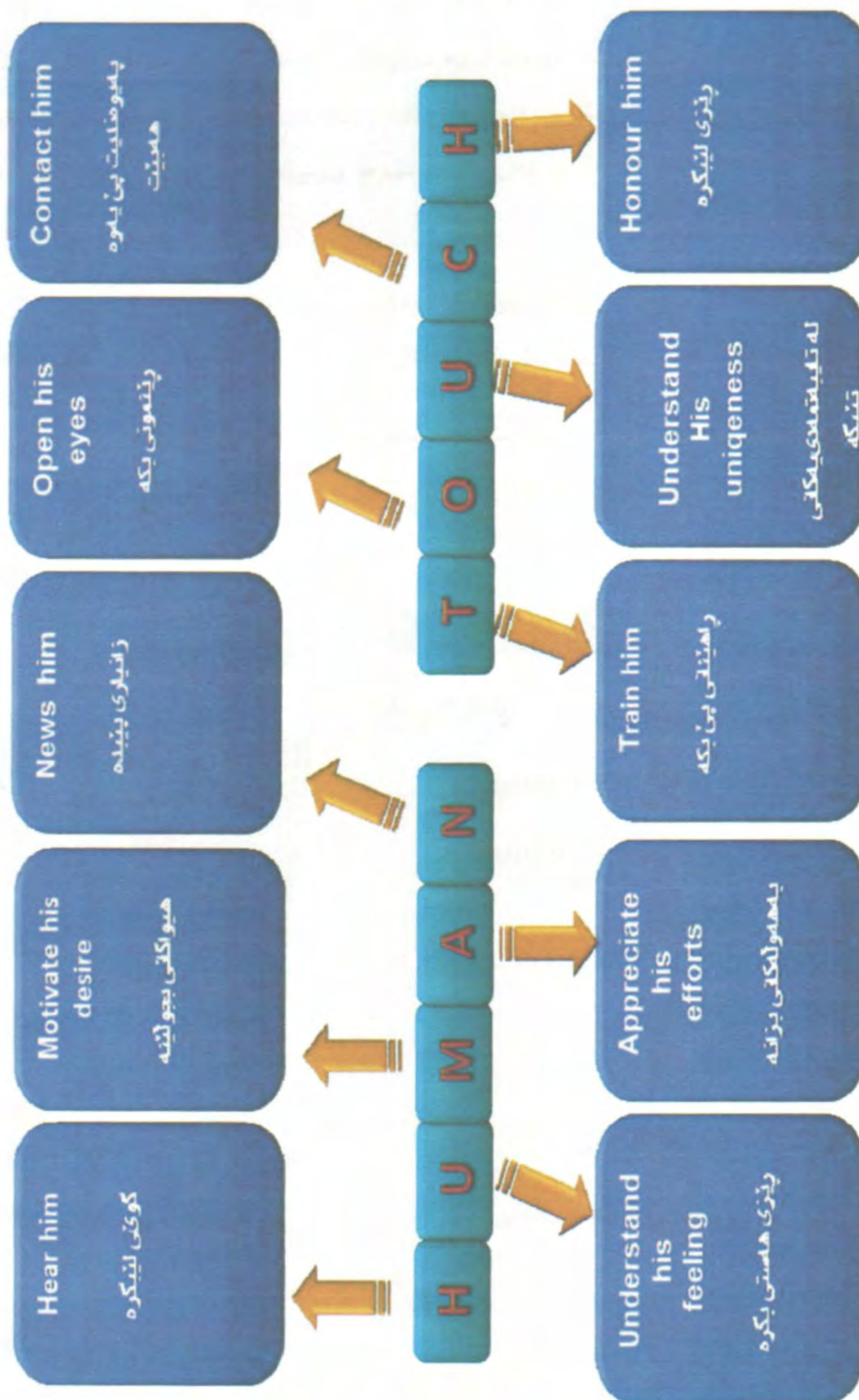
زۆرجار بوونی خویەکی تایبەت یان تێگەیشتنێکی تایبەت یان بیروباوەڕێکی تایبەت دەبێتە ڕێگر لە ئەنجامدانی پەیوەندی یەکی کاریگەر, لەوانە خراپ تێگەیشتن لە هەندێك بیروباوەر و یان خوو و نەریتی کۆمەڵایەتی.



ڕێگری فیزیکی: ئەو ژینگەیەی کە پەیوەندی مرۆیی تێدا ئەنجام دەدرێت یەکێکە لە پێکهاتە سەرەکی یەکانی پەیوەندی مرۆیی کاریگەر. بوونی ناتەواوی یان هەر جۆرێك لە نەگوونجاوی لە ژینگەی پەیوەندی یەکەدا کاریگەری نەگەتیفی دەبێت. بۆ نمونە بوونی دووری یەکی زۆر لەنێوان وەرگر و نێرەر دەبێتە ڕێگر. هەروەها بوونی دەنگەدەنگ و ڕووناکی نەگونجاو و پلەی گەرمی نەشیاو و نەبوونی تایبەتمەندی و پاك و خاوێنی پێویست دەبن هۆکاری کەمکردنەوەی کارگەری پەیوەندی یە مرۆیەکە.

کورتەی بنەما سەرەکییەکانی هونەری پەیوەندی مرۆیی

هەموو بنەما سەرەکییەکانی هونەری پەیوەندی مرۆیی لە دوو وشەی (Human Touch) دا ڕێکخراون، کە هەر پیتێك هێمایەکە بۆ یەکێك لە بنەما سەرەکییەکان وەك لەم هێڵکارییەی خوارەوەدا دەردەکەوێت.



پاشکۆی (١)

کەناڵی پەیوەندیکردن

چەندین کەناڵی جۆربەجۆری جیاواز هەن کەلە پەیوەندی یە مرۆیەکاندا بەکاردەهێنرێن, هەڵبژاردنی کەناڵی گونجاو پشت بە چەند پێوەرێك دەبەستێت لەوانە ئامانجی پەیوەندی یەکە و ئەو ژینگەی کە پەیوەندی یەکەی تێدا ئەنجام دەدرێت و توانای بەکارهێنانی کەناڵەکە لە لایەن هەریەك لە نێرەر و وەرگرەوە, سەرەڕای ئەم هۆکارانەش ئاستی بەردەستی کەناڵی گونجاو.

گرنگترین و کاریگەرترین کەناڵ بریتی یە لە بینی راستەوخۆ و لاوازترین کەناڵی پەیوەندیش بریتی یە لە ریپۆرت یان ئیمەیڵی گشتی. لەم وێنەدا جۆری کەناڵەکە ریزبەند کراوە لە کەناڵی کاریگەر بەرز بۆ کەناڵی ئاستی کاریگەر لاواز.

هەڵبژاردنی کەناڵی گونجاو بە سەرنجدانی ئەو پێوەرانەی کەلەسەرەوە ئاماژەمان پێدان پشت دەبەستێت بە توانا و لێهاتوویی ئەو نێرەرەی کەپیوەندی یەکە ئەنجام دەدات.

ئاستی کاریگەری کەناڵە جیاوازەکانی پەیوەندی کردن



بینینی ڕاستەوخۆ (ڕووبەڕوو)

بینینی ڕاستەوخۆ لە تەلەفزیۆندا

تەلەفۆن

ئیمەیل

نامەی فەرمی

کۆبونەوەی گشتی

ڕاپۆرت یان ئیمەیلی گشتی

پاشکۆی (٢)

هەرەمی تەکنیکەکانی پەیوەندیکردن و ئاستی وەرگرتنی پەیامەکان

ئەم هەرەمە روونی دەکاتەوە کە ڕێگاکان و تەکنیکەکان جیاوازن و ئاستی کاریگەیان جیاوازە بەجۆرێك کە لەبنکی هەرەمەکەوە زۆرترین ئاستی کاریگەری ئاماژەی پێدراوە تاوەکو لوتکەی هەرەمەکە کە کەمترین ئاستی کاریگەری.



فۆرمی تایبەت بە هەڵسەنگاندنی لێهاتوویی و شارەزایی
لە بواری هونەری پەیوەندی مرۆییدا

ژ	پێوەرەکان	لە هیچ کاتێکدا	زۆر بەکەمی	لە هەندێک کاتدا	زۆربەی جارەکان	هەموو جارەکان
١	هەوڵدەدەم هۆکار و لایەنەکانی پشێوی و گرفتەکان بزانم و دواتر روبەڕوویان ببمەوە	١	٢	٣	٤	٥
٢	لەکاتێکدا نامەیەک، پەیامێک، ئیمەیلێک یان هەر نوسراوێکی تر دەنووسم، ئەوا هەوڵدەدەم تەواوی ئەو زانیاری و توانایانەی کەهەمە لەنوسینەکەدا بیخەمەڕوو تاوەکو دڵنیابم لەوەی کە لایەنی بەرامبەر لەپەیامەکەم تێ دەگات	٥	٤	٣	٢	١
٣	ئەگەر لەشتێك تێنەگیشتم و نەمزانی ئەوا لای خۆم دەیهێڵمەوە و دواتر هەوڵدەدەم لێی تێبگەم	٥	٤	٣	٢	١
٤	هەندێکجار تووشی سەرسورمان دەبم کاتێك دەبینم کە خەڵك تێناگەن لەوەی دەیڵێم	٥	٤	٣	٢	١
٥	حەزدەکەم ئەوەی قەناعەتم پێیەتی بیڵێم بەبێ دوودڵی یان گوێدانە بەئاستی تێگەیشتنی لایەنی بەرامبەر، باوەڕم وایە دواتر دەتوانم بۆیان روون بکەمەوە	٥	٤	٣	٢	١
٦	کاتێك خەڵك قسەم لەگەڵ دەکەن ئەوا هەوڵدەدەم لە سەرنجەکانیان تێبگەم	١	٢	٣	٤	٥
٧	ئەتوانم ئیمەیڵ بەکاربهێنم بۆ پەیوەندیکردن بەکەسانی ترەوە بۆ بابەتە ئاڵۆزەکان چونکە ئەم ڕێگایە خێراو و کاریگەرە	٥	٤	٣	٢	١
٨	کاتێك تەواو دەبم لەنوسینی ریپۆرت،ئیمەیڵ یان پەیامێك ئەوا هەوڵ دەدەم بە خێرایی چاوی پێدا بخشێنم بۆ هەڵەی تایپ و دواتر بەزوویی دەینێرم	٥	٤	٣	٢	١
٩	کاتێك قسە بۆ خەڵك دەکەم هەوڵدەدەم سەرنجی جوڵەی لەشیان بدەم	١	٢	٣	٤	٥
١٠	ئەتوانم وێنە یان هێڵکاری روونکردنەوەیی بەکار بهێنم بۆ روونکردنەوەی زیاتری بیرۆکەکانم	١	٢	٣	٤	٥
١١	پێش ئەوەی دەست بکەم بەپەیوەندیکردن،بیردەکەمەوە لەوەی کەپێویستە کەسەکە بیزانێت و لەگەڵ ڕەچاوکردنی باشترین شێواز بۆ گەیاندنی	١	٢	٣	٤	٥
١٢	کاتێك یەکێك قسەم بۆ دەکات ئەوالەو کاتەدا بیردەکەمەوە لەوەی کەپێویستە دواتر بیڵێم تاوەکو دڵنیابم لەوەی کە پەیامەکەم بەڕاستی دەگاتە لایەنی بەرامبەرم	٥	٤	٣	٢	١
١٣	پێش ئەوەی پەیامەکە بنێرم ئەوا بیر دەکەمەوە لەهەڵبژاردنی گونجاوترین شێواز (بینینی راستەوخۆ، بە تەلەفۆن، بەئیمەیڵ، بە چات، بە نامە،.....هتد)	١	٢	٣	٤	٥
١٤	هەوڵدەدەم یارمەتی بەرامبەر بدەم تاوەکو بەتواوی لەو بیرۆکە و پەیامە تێ بگات کە گفتوگۆدەکەم لەسەری لەگەڵیدا،ئەم کارە چانسی هەڵە تێگەیشتن کەمدەکاتەوە و هۆکارێکە بۆ زیاتر تێگەیشتنی بەرامبەرەکەت	١	٢	٣	٤	٥
١٥	لەکاتی پلاندانان لە پەیوەندی مرۆیدا، نۆرم و کەلتوری بەرامبەرم ڕەچاودەگرم	١	٢	٣	٤	٥

سەرچاوەکان

١. حقوق المريض في الإسلام، الشيخ د. خالد بن عبدالرحمن الشايع ٢٠١٢ ميلادي

٢. فن الالقاء الرائع، دكتور طارق السويدان، ٢٠١٢

٣. التعليم والتدريب، رفعت بن عبدالحميد الشامى,طبعة الاولى ٢٠٠٦

٤. برنامج (تدريب المدربين-كيف تكون مدربا مؤثرا؟),دكتور اكرم رضا، طبعة الاولى ٢٠٠٩

٥. ٢.Training curriculum about Patient's Rights & Responsibilities in Primary Health Care, USAID, ٢٠١٣

٦. ٣.A declaration on the promotion of patient's right in Europe, WHO, ١٩٩٤

٧. ٤.http://www.who.int/genomics/public/patientrights/en/٢٠١٣

٨. Become personal trainer , Melyssa st.Michaehl, ٢٠٠٤

٩. www.mindtool.com,٢٠١٣

١٠. wikipedia.org/wiki/communication skills

١١. Training curriculum about communication skills, USAID, ٢٠٠٧